

Checklist zonnebrandcreme kiezen

By Checklist Wizard

- ☐ Hoe kies ik een zonnebrandcreme?
 - ☐ Het is belangrijk om te realiseren dat het smeren van zonnebrandcreme maar één van de manieren is om de huid tegen de zon te beschermen:
 - ☐ Het is verstandig om in de zomer tussen 11.00 en 16.00 de zon zoveel mogelijk te vermijden
 - ☐ En om de huid te bedekken met kleding en een hoofddekse^l te dra^gen Tegenwoordig zijn hoeden en andere kleding verkrijgbaar die speciaal ontwikkeld zijn om UV-straling optimaal te weren.
 - ☐ Stel uzelf in ieder geval nooit nodeloos bloot aan de felle zon (niet 'bakken' dus!)
 - ☐ Kies een zonnebrandcreme van een goed merk en kies er een met een SPF van tenminste 15.
 - ☐ Hoe lichter het huidtype hoe hoger de SPF factor die gekozen moet worden.
 - ☐ Producten waarvan de werking geheel of gedeeltelijk berust op fysische blokkers geven doorgaans de beste protectie.
 - ☐ Mensen met een droge huid kunnen het beste een vette zonnebrandcreme kiezen
 - ☐ Mensen met een vette huid of aanleg voor acne kunnen beter kiezen voor een minder vet product.
 - ☐ Veel firma's brengen voor deze huidtypes speciale producten op de markt.